



令和2年10月1日（木）発行 中妻子供の家保育園 23-5550  
担当 永井



秋風が心地良く過ごしやすい季節になりました。

先月25日（金）には、ホールにて、3・4・5歳児の運動会を行いました。大雨の音が聞こえない位、子ども達の元気な声が響き渡り、大変盛り上がりました。5歳児の保護者の皆さんに参加して頂き、温かい声援や拍手を沢山頂き、子ども達は、最高の笑顔で、走ったり、踊ったりしていました。また、28日（月）には、ホールにて、0・1・2歳児の運動会ごっこを行いました。かけっこやトンネルくぐりなどをして、運動会気分を楽しむ事が出来ました。コロナ禍の中での行事へのご理解をして頂き、無事に運動会を行う事が出来ました。ありがとうございました。

季節の変わり目で、体調を崩しやすい時期ですが、引き続き、新型コロナウイルス感染症対策のご協力をして頂きながら、体調には十分気を付け、元気に過ごしましょう。

お知らせ

この度、9月10日付けで尾形 由美子臨時調理員、9月末付けで平野 あけみ臨時看護師が退職となりました。

なお、10月から以前勤務していた工藤 久江臨時保育士が勤務します。今後ともご理解よろしくお願い致します。

園長 八幡 雅子



～行事予定～

- 1日（木） 安全点検
- 6日（火） 消防署立ち合い避難訓練
- 8日（木） 体育教室（うさぎ・ぱんだ組）
- 12日（月） 読み聞かせの会
- 15日（木） 体育教室（うさぎ・ぱんだ組）
- 21日（水） 誕生会
- 23日（金） 親子遠足（ぱんだ組）行先：二本松りんご園、釜石市民体育館
- 29日（木） チャレンジクッキング（ぱんだ組）午前中  
就学時健診（鶴住居小学校）
- 30日（金） ハロウィンごっこ
- 26日（月）～11月6日（金） 専門学生1名が保育実習の為に来園します。



～子育て支援センター～

- 7日（水） のびのびサークル（ふれあい遊び）
- 21日（水） みんなのひろば（ハロウィンごっこ）



10月生まれのお友達

☆新しいお友達☆

10月1日より、新しいお友達が2名入ります。

仲良くしてね♡



おめでとうございます♪



☆登降園時に、門扉が全開になっている事が見られます。朝夕のお忙しい時間ではありますが、子ども達の安全確保の為、門扉はその都度閉めるように、ご協力をお願いします。また、車を離れる際は、保育園駐車場に駐車し、エンジンを切り、施錠をお願いします。  
☆日が暮れるのも早くなり、夕方は特に見通しが悪いので、道路への飛び出し等十分にご注意下さい。  
☆車内では、チャイルドシートやジュニアシートを使用し、お子さんの安全を守りましょう。



クラスだより



【ぱんだ組】先日の運動会では、ありがとうございました。バルーンやリレー等、練習以上に頑張ってくれて、感動しましたね。大きな行事を終えて、顔立ちがまた少しお兄さん・お姉さんらしくなったような気がします。今月は楽しい行事がたくさん待っています。遠足は、無事に晴れて楽しいりんご狩りになるといいですね♪

【うさぎ組】うさぎ組に進級し、早いもので半年が経ちました。先月は運動会への取り組みを、とても頑張った子ども達です！ドラえもんダンスは、歌いながら楽しそうに踊る子ども達の笑顔がとっても素敵でしたよ☆大玉転がしでは、お兄さん・お姉さんとして、りす組のペアのお友達を優しくリードしてあげる逞しさも感じました！そして、ぱんだ組との紅白リレーでは、ぱんだ組にバトンを繋ぐ為に、一人ひとりが一生懸命走る姿に感動しました！次の大きな行事は、発表会ですね♪みんなが楽しんで取り組めるようにしていきたいです！また、最近は肌寒い日がありますので、風邪等に気を付けて元気に過ごしたいですね。

【りす組】先日は運動会があり、かけっこやダンス等に取り組み、3歳児なりに頑張ったり、楽しむ姿が見られました。来年はまた1つ成長した姿を楽しみにして頂きたいと思います。今月は秋の自然に触れながら、たくさん戸外活動をしていきたいと思っています。

【ひよこ2組】9月は、ひよこ組で運動会ごっこを楽しみました！かけっこや障害物競争等、雰囲気を楽しめたようです。朝夕涼しくなり、体調を崩す子も増えてきました。体調に気を付けて元気に過ごしたいですね！

【ひよこ1組】9月は、運動会練習を見学したり、ひよこ組での運動会ごっこを楽しみました。子ども達は少しずつ、自分の身の回りの事に興味を持ち始め、衣服の着脱や片付けを頑張っていますよ!!「自分で」の姿を見守りながら、出来ない所を手伝い、自信へとつなげてあげたいと思います。

【ひよこ0組】先日の未満児での運動会ごっこでは、高月齢のお友達は上靴を履いて、かわいらしいあんよを見せ、低月齢のお友達は保育者に抱っこをしてもらったり、ハイハイしながら楽しみました。今月は、新しいお友達が2名仲間入りし、11名となります。ますます賑やかになりそうです！よろしくお願いします。





# 10月の献立表



ひよこ0組・ひよこ1組・ひよこ2組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土	
			1日	2日	3日	
<h2>食欲の秋です</h2> <p>爽やかな秋、味覚の秋がやってきました。秋の味覚としては、リンゴ、ブドウ、サンマ、秋ナス、などがあります。「秋ナスは嫁に食わずな」と言う故事・ことわざがあります。「ナスの中でも秋ナスがいちばんおいしいので、嫁が嫁に食べさせない」といった内容ですが、このようなお話を交えながら子どもの興味を引いて、秋の味覚を楽しみましょう。</p>			ヨーグルト 豚肉ときのこの ケチャップソテー ポテトサラダ キャベツとアスパラカレー味 清汁 果物 (梨) 米飯 	幼児牛乳 卵とじうどん さつまいものいとこ煮 ブロッコリー二色ごま和え トマト 果物 (バナナ)	幼児牛乳 ジャムバターパン ヨーグルト せんべい	幼児牛乳 黒糖ロールパン しらすと若布のスープ ささみの煮物 蛇腹胡瓜の甘みそかけ ツナとトマトの和え物 果物
5日	6日 避難訓練	7日	8日	9日	10日	
幼児牛乳 がんも和高野豆腐の盛合せ シルバーサラダ 納豆 みそ汁 果物 (オレンジ) 米飯 麦茶 ツナマヨトースト	幼児牛乳 洋風かしわうどん 金時豆の煮豆 ブロッコリーマヨドレ トマト 果物 (バナナ)	ヨーグルト 卵焼の五目あんかけ ビーフソテー 蓮根とじゃこ炒め みそ汁 果物 (ぶどう) 米飯	幼児牛乳 竹輪フライマヨネーズかけ 茄子のみそ炒め 法蓮草ののりしょう油和え 鯖つみれ汁 果物 (りんご) 米飯	ヨーグルト 醤油ラーメン さつまいもサラダ トマト 果物 (梨)	幼児牛乳 十勝スティックパン 洋風豚汁 ベビーチーズ ブロッコリーマヨドレ トマト 果物	
エネルギー 530Kcal たんぱく質 23.7g 脂質 22.1g	エネルギー 464Kcal たんぱく質 18.8g 脂質 13.6g	エネルギー 573Kcal たんぱく質 19.2g 脂質 18.2g	エネルギー 475Kcal たんぱく質 16.4g 脂質 13.5g	エネルギー 571Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 16.3g	エネルギー 585Kcal たんぱく質 22.3g 脂質 25.3g	
12日	13日	14日	15日	16日	17日	
幼児牛乳 野菜焼肉 マカロニサラダ カリフラワー青のり和え 清汁 果物 (オレンジ) 米飯 ジョア ごまラスク	ヨーグルト ハンペンライ 春雨ひじき和え キャベツとアスパラカレー味 みそ汁 果物 (りんご) 米飯 麦茶 ロールケーキ	幼児牛乳 豆腐のまご揚げ 法蓮草の三色ナムル マカロニカレーソテー みそ汁 果物 (バナナ) 米飯 麦茶 りんごケーキ	ヨーグルト ささみのフライ甘辛からめ ひじきの煮物 ブロッコリー甘みそかけ 二色スープ 果物 (梨) 米飯 麦茶 みそお焼き	幼児牛乳 スパゲティトマトソースかけ カリフラワーのカレー風味 キャベツ二色マヨドレ和え 果物 (オレンジ) 幼児牛乳 練乳サンド	幼児牛乳 食パン 春雨入り野菜スープ ツナ入り炒り卵 トマト 果物 ヨーグルト せんべい	
エネルギー 512Kcal たんぱく質 21.2g 脂質 17.2g	エネルギー 558Kcal たんぱく質 16.2g 脂質 13.5g	エネルギー 488Kcal たんぱく質 17.9g 脂質 14.6g	エネルギー 469Kcal たんぱく質 18.7g 脂質 10.1g	エネルギー 568Kcal たんぱく質 21.6g 脂質 18.2g	エネルギー 488Kcal たんぱく質 20.2g 脂質 15.4g	
19日	20日	21日 誕生会	22日	23日	24日	
幼児牛乳 麻婆豆腐 せん切りサラダ 長芋の甘みそかけ 清汁 果物 (オレンジ) 米飯 ジョア 一口バリバリピザ	ヨーグルト ひじきの卵焼き 切干大根の酢の物 高野豆腐の煮物 みそ汁 果物 (バナナ) 米飯 グレーゼリー チーズボール	幼児牛乳 豆腐入りハンバーグ ひじき入りポテトサラダ ブロッコリーマヨドレ トマト 卵とじ野菜スープ 果物 (梨) 米飯 麦茶 ケーキデコ	幼児牛乳 鮭のマヨネーズ焼き マカロニサラダ 一口がんもの含煮 みそ汁 果物 (バナナ) 米飯 麦茶 焼きそば	ヨーグルト 和風スパゲティ 大豆サラダ ブロッコリーのごま和え トマト 果物 (ぶどう) 幼児牛乳 ホットケーキパン	幼児牛乳 ロールパン ウィンナー入りポトフ煮 ブロッコリーマヨドレ トマト 茹卵ケチャップソースかけ 果物 ゼリー せんべい	
エネルギー 516Kcal たんぱく質 21.8g 脂質 13.5g	エネルギー 544Kcal たんぱく質 21.4g 脂質 13.1g	エネルギー 624Kcal たんぱく質 23.6g 脂質 24.7g	エネルギー 516Kcal たんぱく質 20.4g 脂質 15.1g	エネルギー 540Kcal たんぱく質 19.2g 脂質 22.4g	エネルギー 500Kcal たんぱく質 16.1g 脂質 18.4g	
26日	27日	28日	29日	30日	31日	
幼児牛乳 ハムエッグ 野菜ソテー マッシュポテト みそ汁 果物 (オレンジ) 米飯 ジョア 大学ポテト	ヨーグルト きずのカレー衣揚げ 切干大根の煮物 中華さゆり マカロニスープ 果物 (梨) 米飯 麦茶 しょう油団子	幼児牛乳 根菜カレー トマト ブロッコリーのおかか和え みそ汁 果物 (ぶどう) 米飯 麦茶 きなこラスク	幼児牛乳 炒り卵のかに玉風あんかけ ひじきのサラダ 赤黄ピーマンじゃこ炒め みそ汁 果物 (バナナ) 米飯 麦茶 手作りクッキー	ヨーグルト 肉みそそば 南瓜のサラダ カリフラワーカレー味 トマト 中華スープ 果物 (りんご) 幼児牛乳 チョコサンド	幼児牛乳 ロールパン ハロウィンスープカレー スパゲティナポリタン トマト ブロッコリーマヨドレ 果物 ヨーグルト せんべい	
エネルギー 587Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 18.2g	エネルギー 452Kcal たんぱく質 16.3g 脂質 8.6g	エネルギー 465Kcal たんぱく質 16.5g 脂質 16.2g	エネルギー 576Kcal たんぱく質 19.6g 脂質 23.1g	エネルギー 484Kcal たんぱく質 18.6g 脂質 16.1g	エネルギー 566Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 18.6g	

## おかし

### 【ヘンゼルとグレーテル】

- 「自分ならどんな「お菓子の家」に住んでみたいかな？」と子どもに考えてもらい、絵に描いてみましょう。
- お菓子はたくさんのお砂糖を使うので、とても甘くておいしいにおいがします。
- 市販のホットケーキミックスを使って、子どもとお菓子作りをしてみるのも良いですよ。

### さまざまなおイモ

肉じゃがに欠かせないジャガイモ(秋作でとれる秋じゃが)は、でんぷんの品質が良くおいしい、焼きイモとして活躍するサツマイモなど、おイモにもたくさん種類があることを教えてあげてください。またドイトなどは、ジャガイモが主食の国です。そのような海外のおイモ事情も交えてお話ししてあげると子どもは興味をもち、耳を傾けてくれるでしょう。

### お知らせ

・6日(火)は火災による避難訓練があり、給食職員も参加する予定なので、うどんメニューになります。

9月末からの献立変更の件ではご迷惑をおかけして申し訳ありません。子ども達には引き続き安全でおいしい給食を提供していきますのでよろしくお願いいたします。



# 10月の献立表



りす組・うさぎ組・ぱんだ組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日
<h2>食欲の秋です</h2> <p>爽やかな秋、味覚の秋がやってきました。秋の味覚としては、リンゴ、ブドウ、サンマ、秋ナス、などがあります。「秋ナスは嫁に食わずな」と言う故事・ことわざがあります。「ナスの中でも秋ナスがいちばんおいしいので、嫁が嫁に食べさせない」といった内容ですが、このようなお話を交えながら子どもの興味を引いて、秋の味覚を楽しみましょう。</p>			豚肉ときのこの ケチャップソテー ポテトサラダ キャベツとアスパラカレー味 清汁 果物（梨）	<b>ご飯はいりません</b> 卵とじうどん さつま芋のいとこ煮 フロコリー二色ごま和え トマト 果物（バナナ）	<b>ご飯はいりません</b> 黒糖ロールパン しらすと若布のスープ ささみの煮物 蛇腹胡瓜の甘みそかけ ツナとトマトの和え物 果物（バナナ）
			おしどり牛乳 パームクーヘン	おしどり牛乳 ジャムバターパン	ヨーグルト せんべい
			エネルギー 457Kcal たんぱく質 20.8g 脂質 18.8g	エネルギー 570Kcal たんぱく質 16.1g 脂質 17.4g	エネルギー 612Kcal たんぱく質 24.3g 脂質 12.9g
5日	6日 避難訓練	7日	8日	9日	10日
がんもと高野豆腐の盛合せ シルパササラダ 納豆 みそ汁 果物（オレンジ） 米飯	<b>ご飯はいりません</b> 洋風かしわうどん 金時豆の煮豆 フロコリーマヨドレ トマト 果物（バナナ）	卵焼の五目あんかけ ビーフソテー 蓮根とじゃこ炒め みそ汁 果物（ぶどう）	竹輪フライマヨネーズかけ 茄子のみそ炒め 法蓮草ののりしょう油和え 鮭つみれ汁 果物（りんご）	<b>ご飯はいりません</b> 醤油ラーメン さつま芋サラダ トマト 果物（梨）	<b>ご飯はいりません</b> 十勝スティックパン 洋風豚汁 ベビーチーズ フロコリーマヨドレ トマト 果物
おしどり牛乳 ツナマヨトースト	おしどり牛乳 シリアルカスタードがけ	ミルクゼリー ハッピーターン	元気ヨーグルト ぼたぼた焼き	おしどり牛乳 スイートプール	プリン せんべい
エネルギー 513Kcal たんぱく質 28.6g 脂質 29.6g	エネルギー 550Kcal たんぱく質 23.9g 脂質 14.7g	エネルギー 436Kcal たんぱく質 17.2g 脂質 20.3g	エネルギー 397Kcal たんぱく質 14.7g 脂質 13.9g	エネルギー 580Kcal たんぱく質 23.9g 脂質 16.0g	エネルギー 706Kcal たんぱく質 25.0g 脂質 26.9g
12日	13日	14日	15日	16日	17日
野菜焼肉 マカロニサラダ カリフラワー青のり和え 清汁 果物（オレンジ）	ハンペンフライ 春雨ひじき和え キャベツとアスパラカレー味 みそ汁 果物（りんご）	豆腐のまご揚げ 法蓮草の三色ナムル マカロニカレーソテー みそ汁 果物（バナナ） 米飯	ささみのフライ甘辛からめ ひじきの煮物 フロコリー甘みそかけ 二色スープ 果物（梨）	<b>ご飯はいりません</b> スパゲティマトソースがけ カリフラワーのカレー風味 キャベツ二色マヨドレ和え 果物（オレンジ）	<b>ご飯はいりません</b> 食パン 春雨入り野菜スープ ツナ入り炒り卵 トマト 果物
ジョア ごまラスク	おしどり牛乳 ロールケーキ	おしどり牛乳 りんごケーキ	おしどり牛乳 みそお焼き	おしどり牛乳 練乳サンド	ヨーグルト せんべい
エネルギー 397Kcal たんぱく質 19.4g 脂質 16.6g	エネルギー 525Kcal たんぱく質 17.1g 脂質 19.0g	エネルギー 464Kcal たんぱく質 21.5g 脂質 19.7g	エネルギー 465Kcal たんぱく質 25.2g 脂質 16.7g	エネルギー 629Kcal たんぱく質 25.5g 脂質 18.5g	エネルギー 619Kcal たんぱく質 25.0g 脂質 17.4g
19日	20日	21日 誕生会	22日	23日	24日
麻婆豆腐 せん切サラダ 長芋の甘みそかけ 清汁 果物（オレンジ） 米飯	ひじきの卵焼き 切干大根の酢の物 高野豆腐の煮物 みそ汁 果物（りんご）	豆腐入りハンバーグ ひじき入りポテトサラダ フロコリーマヨドレ トマト 卵とじ野菜スープ 果物（梨）	鮭のマヨネーズ焼き マカロニサラダ 一口がんもの含煮 みそ汁 果物（バナナ）	<b>ご飯はいりません</b> 和風スパゲティ 大豆サラダ トマト フロコリーの ごま和え 果物（ぶどう）	<b>ご飯はいりません</b> ロールパン ウィンナー入りポトフ煮 フロコリーマヨドレ トマト 茹卵ケチャップソースがけ 果物
ジョア ーロバリバリピザ	グレープゼリー チーズボール	おしどり牛乳 ケーキデコレ	おしどり牛乳 焼きそば	おしどり牛乳 ホットケーキパン	ゼリー せんべい
エネルギー 423Kcal たんぱく質 21.0g 脂質 12.9g	エネルギー 383Kcal たんぱく質 19.5g 脂質 14.4g	エネルギー 653Kcal たんぱく質 29.2g 脂質 32.0g	エネルギー 473Kcal たんぱく質 25.2g 脂質 17.8g	エネルギー 642Kcal たんぱく質 20.6g 脂質 28.4g	エネルギー 533Kcal たんぱく質 15.9g 脂質 17.3g
26日	27日	28日	29日	30日	31日
ハムエッグ 野菜ソテー マッシュポテト みそ汁 果物（オレンジ）	きずのカレー衣揚げ 切干大根の煮物 中華きゅうり マカロニスープ 果物（梨）	根菜カレー トマト フロコリーのおかか和え みそ汁 果物（ぶどう） 米飯	<b>チャレンジクッキング</b> 炒り卵のかに玉風あんかけ ひじきのサラダ 赤黄ピーマンじゃこ炒め みそ汁 果物（バナナ）	<b>ご飯はいりません</b> 肉みそそば 南瓜のサラダ カリフラワーカレー味 トマト 中華スープ 果物（りんご）	<b>ご飯はいりません</b> ロールパン ハロウィンスープカレー スパゲティナポリタン トマト フロコリーマヨドレ 果物
ジョア 大学ポテト	おしどり牛乳 しょう油団子	おしどり牛乳 きなこラスク	おしどり牛乳 手作りクッキー	おしどり牛乳 チョコサンド	ヨーグルト せんべい
エネルギー 514Kcal たんぱく質 20.8g 脂質 20.5g	エネルギー 406Kcal たんぱく質 20.9g 脂質 13.6g	エネルギー 473Kcal たんぱく質 20.1g 脂質 21.0g	エネルギー 524Kcal たんぱく質 19.3g 脂質 26.2g	エネルギー 677Kcal たんぱく質 22.0g 脂質 24.2g	エネルギー 639Kcal たんぱく質 22.8g 脂質 19.2g

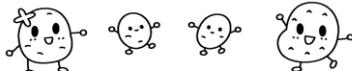
## おかし

### [ヘンゼルとグレーテル]

- 「自分ならどんな“お菓子の家”に住んでみたいかな？」と子どもにも考えてもらい、絵に描いてみましょう。
- お菓子はたくさんのお砂糖を使うので、とても甘くておいしいにおいします。

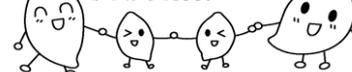


- 市販のホットケーキミックスを使って、子どもとお菓子作りをするのも良いですよ。



### さまざまなおイモ

肉じゃがに欠かせないジャガイモ（秋作でとれる秋じゃが）は、でんぷんの品質が良く、おいしい、焼きイモとして活躍するサツマイモなど、おイモにもたくさん種類があることを覚えてあげてください。またドイツなどは、ジャガイモが主食の国です。そのような海外のおイモ事情も交えてお話ししてあげると子どもは興味をもち、耳を傾けてくれるでしょう。



## お知らせ

6日（火）は火災による避難訓練があり、給食職員も参加する予定なので、うどんメニューになります。ご飯はいりません。

9月末からの献立変更の件ではご迷惑をおかけして申し訳ありません。子ども達には、引き続き安全でおいしい給食を提供していきますのでよろしくお願いいたします。

